

ЦЕННОСТНЫЕ ПРЕДИКТОРЫ УСПЕШНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ЭКСТРЕМАЛЬНОСТИ⁷

Бессонова Юлия Владимировна

Институт психологии РАН, Россия, Москва

farandi@mail.ru

Аннотация

В статье излагаются результаты серии исследований представителей различных профессий, связанных с деятельностью в экстремальных условиях. Результаты позволяют подтвердить значимость ценностно-мотивационных структур субъектно-личностного уровня психологической регуляции поведения в успешности адаптации к условиям длительной экстремальности и преодоления посттравматических последствий. Выявлен комплекс специфических ценностей, присущих профессиональной деятельности в экстремальных условиях, причем обнаруживается тождество этого комплекса вне зависимости от вида профессиональной деятельности. Установлен комплекс ценностных ориентаций личности, обеспечивающих адаптацию к условиям экстремальности, и комплекс ценностей, затрудняющих ее.

Ключевые слова: экстремальность; ценностные ориентации; функциональная надежность; посттравматический стресс; выгорание

Код ГРНТИ: 15.81.29

«Риск с непредвиденным исходом коренится все в большей эскалации свободы, которая все меньше и меньше воспринимает себя как долг и ответственность, и все больше – как свобода хотений. Но хотеть – значит хотеть что-то, и в конце концов все сводится к тому, чего же мы хотим» (Свасьян, 2013, с. 12).

⁷Исследование выполнено по Государственному заданию ФАНО РФ № 0159-2015-0008

Тенденции последнего времени все сильнее заставляют говорить об расширении понятия экстремальности, вплоть до использования термина «экстремальность повседневной (обыденной) жизни». Ускоренный темп технического развития, приводящий к необходимости постоянного обучения и изменения привычных стереотипов жизни, непредсказуемость экономических и политических реалий, изменчивость профессионального, социального, даже личностного статуса и представления человека о собственном Я, высокий риск травматизма и прочие, известные и перечисленные неоднократно риски и стрессогенные факторы повседневной жизни приводят к применению термина экстремальности не только к деятельности пожарных, летчиков и т.д., но к уже обыденным условиям существования.

Ранние представления экстремальности как условий необычных либо чрезмерных, выходящих за рамки привычных пределов существования, грешат формализмом, отражают только экстенсивность условий, но ни в коей мере не психологический смысл самого понятия экстремальности [9]. Подобное представление механистично, не предполагает адаптивности к необычным условиям. Совершенно необъяснимой тогда становится постоянная профессиональная деятельность в измененных условиях. Кроме того, если следовать такому подходу, любая новая ситуация, по сути, становится для человека необычной, но не всегда экстремальной. Основопологающим в отечественной психологии считается представление об активности личности, которая также не находит места в подобной трактовке. Наряду с другим пониманием экстремальности как опасности, угрозы жизни (здоровью, благополучию), как внезапно случившегося события с катастрофическими для личности последствиями, следует всегда принимать во внимание, что экстремальное событие является также ситуацией бытия человека, его взаимодействия со сложившимися условиями, несмотря на степень его готовности/неготовности действовать в них и принимать их [там же].

В психологии стресса неоднократно теоретически обосновано и эмпирически показано, что определяющим для последствия

психотравмирующей (в нашем контексте – экстремальной) ситуации является личностный смысл события и трансформация его в субъективном опыте [5, 7, 9, 11 и пр.]. Итак, говоря об экстремальности, главное место занимает отношение человека к ситуации и условиям. В этой связи становится понятна роль и значение факта осознанности участия в экстремальной ситуации, несмотря на потенциальную опасность и вызов возможностям личности. Все внешние признаки экстремальности: катастрофичность-некатастрофичность, стрессогенность, позитивность-негативность последствий, страдание-испытание, понимание ситуации как жертвенности либо вызова, степень опасности – связаны, в терминах М.Ш. Магомед-Эминова [9], с жизненной позицией, которую занимает человек в экстремальной ситуации. По сути, все сводится к дихотомии страдательного либо действительного глагольного залога: «со мной совершили» - «я совершил». Катастрофичность превращается в осознанный риск как расширение границ привычного и возможного - с непредвиденным исходом, но в любом случае ведущего к личностному росту.

Фокус внимания на отношение к ситуации логично приводит исследователя, во-первых, к оценке критериев данного отношения и, во-вторых, к анализу потребностей личности в расширении границ собственного существования. Оба эти аспекта непосредственно выводят на связь экстремальности, вернее, готовности и возможности действовать с позитивным исходом в экстремальных условиях, смотивацией. В силу самой своей специфики ситуация экстремальности всегда онтологична, как ситуация «на краю бытия», более того – на краю активного бытия, предполагающего взаимодействие с экстремальными условиями, ответ на вызов, активное преодоление вторгающегося небытия [9]. В таких условиях невозможна автоматическая рефлексивность, привычные стереотипы действий неприменимы в непривычных реалиях. Можно предполагать необходимость определенных, и весьма специфичных, побуждений и ценностей.

В профессиональной деятельности именно система ценностей и смыслов субъекта служит основой и для выстраивания иерархического «дерева» целей,

для мобилизации мотивационных и волевых ресурсов личности ради их достижения, для организации любого адаптационного процесса на психологическом уровне, в том числе и при решении адаптационных задач профессионального характера [1, 12].

Успешность взаимодействия личности с ситуацией экстремальности предлагается оценивать по самому широкому спектру показателей: физиологическому, психофизиологическому, деятельностному, эмоциональному, мотивационному, когнитивному, конативному [6]. Это логично, поскольку экстремальность ситуации затрагивается все сферы жизнедеятельности личности. На наш взгляд, наиболее информативными являются показатели, отражающие объективную успешность деятельности, прежде всего профессиональной, в экстремальных условиях как достижение основных целей, и показатели функционального статуса личности как отражение психологической цены достижения этих результатов. Кроме того, вместо разрозненных оценок представляется правомерным использование интегрального феномена психологического благополучия для комплексного отражения качества жизни, эмоционального фона, функционального состояния, отсутствия патопсихологической симптоматики и успешности функционирования в социуме.

В статье представлены обобщенные результаты ряда исследований на представителях профессиональной деятельности в экстремальных условиях, в том числе спасателях (99 чел., исследование проведено в соавторстве с Е.О. Лазебной), диспетчера службы «01» (61 чел.), пожарные-спасатели (122 чел., исследование проведено в соавторстве с Г.Г. Броневицким), летчики (114 чел.)

Исследуемые показатели и методы:

1) внешние объективные критерии успешности функционирования в экстремальных условиях. Метод – экспертный опрос по ряду дифференциальных показателей эффективности профессиональной деятельности, на основании которых подсчитывался интегральный индекс.

2) функциональный статус личности, в том числе: успешность преодоления психотравмирующих факторов экстремальности по степени выраженности психопатологической постстрессовой симптоматики и психического выгорания; психологическое благополучие как комплексный критерий, включающий эмоциональный, смысловой, социальный аспекты жизнедеятельности. Методики: Шкала психологического благополучия» К. Рифф(Thescalesofpsychologicalwell-being), Шкала для оценки выраженности психопатологической симптоматики SymptomCheckList (SCL-90-R), Шкала САПСАН для скрининговой оценки посттравматических стрессовых нарушений у лиц опасных профессий, опросник выгорания К.Маслач и С.Джексон (MaslachBurnoutInventory, в адаптации Н.Е.Водопьяновой).

3) ценностные ориентации личности (методика Ш. Шварца и Р.Билски).

Полученные результаты:

1. Показано отсутствию прямой связи между экспертной оценкой эффективности деятельности лиц опасных профессий по критериям ее результативности и их состоянием, являющимся характеристикой функциональной надежности исполнителей [8]. Однако выявленные различия в структуре мотивационных целей их профессиональной деятельности также обнаруживают преобладание ценностей власти (Power) для наименее успешных профессионалов, что позволяет сомневаться в их активном, т.е. с полной отдачей, участии в решении специфических для деятельности этого типа профессиональных задач.

2. Уровень психологического благополучия у специалистов, деятельность которых протекает в условиях экстремальности, по суммарному индексу находится в пределах общепопуляционной нормы [3]. Однако профессиональная деятельность в экстремальных условиях отражается в соподчинении структурных компонентов благополучия, обеспечивающих общий позитивный эмоциональный фон и оценку собственной успешности личностью. Экстремальность влечет характерные изменения, прежде всего, рост показателей осмысленности жизни, автономности, позитивное социальное

взаимодействие и управление средой. Наибольшие различия в уровне и структуре психологического благополучия детерминированы восприятием личностью факта непосредственной опасности, угрозы жизни и здоровью. Степень опасности в профессии сказывается на выраженности шкал «управление средой», «позитивные отношения с окружающими», «автономия». Случайное попадание в необычные, измененные, потенциально опасные ситуации не вызывает характерных изменений психологического благополучия, свойственных длительной профессиональной деятельности в экстремальных условиях, наоборот, у людей, случайно попавших в экстремальные условия среды, отмечаются сниженные показатели психологического благополучия, прежде всего осмысленности текущей психотравмирующей ситуации и ее связи с предыдущим жизненным опытом (шкала «цели в жизни»).

3. Полученные в серии исследований [2, 3, 4, 8] результаты свидетельствуют о сходстве ценностных ориентаций в представителях различных профессий экстремального профиля деятельности. По сравнению с представителями гражданских профессий, отмечается повышенная выраженность ценностей достижения результата (Achievement), благосклонности (Benevolence), самостоятельности (Self-Direction), универсализма (Universalism), а также свойственные только представителям опасных профессий высокая ориентации на безопасность (Security).

4. Выявлена идентичность ценностно-мотивационных структур, обеспечивающих субъектно-личностный уровень психологической регуляции и, тем самым, служащих предикторами успешности функционирования личности в экстремальных условиях. Установлено [2, 3, 4, 8], что различные психологические феномены, как то: устойчивость к профессиональному выгоранию, выраженность и успешность преодоления посттравматических стрессовых нарушений, высокий уровень психологического благополучия, тесно взаимосвязаны с одним и тем же комплексом ценностных ориентаций.

Показано, что наиболее важную, системообразующую роль в общей системе ценностно-мотивационных структур психологической регуляции

играет отсутствие индивидуалистической мотивационной направленности личности и наличие комплекса ценностных ориентаций достижения результата (Achievement), благосклонности (Benevolence), самостоятельности (Self-Direction), универсализма (Universalism).

Ценностно-мотивационные структуры, определяющие индивидуалистическую позицию субъекта опасной профессиональной деятельности, наоборот, затрудняют адаптацию к факторам экстремальности и в регуляции функциональных состояний личности. Был установлен комплекс ценностных ориентаций, связанных со срывом адаптации к экстремальности и нарушением регуляции, что проявлялось также в сходстве ценностных ориентаций у лиц с негативной динамикой развития выгорания, посттравматического адаптационного процесса и снижением функциональной надежности. К такому комплексу «негативных», нежелательных и подчас опасных для профессиональной деятельности в условиях экстремальности ценностей относятся ценности власти (Power), гедонизма (Hedonism), стремления к новым впечатлениям (Stimulation) и ориентация на традиции (Tradition).

Характерно, что ценностная ориентация безопасность (Security), несмотря на значительную выраженность у представителей экстремальных профессий, не играет заметной роли ни как предиктор успешности функционирования личности, ни как предпосылка повышенного риска развития неблагоприятной симптоматики.

Литература:

1. Бессонова Ю.В. Мотивационные компоненты формирования профессиональной пригодности субъекта деятельности / Тенденции развития современной психологической науки. Тезисы юбилейной научной конференции / Отв. ред. А.Л.Журавлев, В.А.Кольцова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН, 2007. Часть II. С. 184-186.

2. Бессонова Ю.В. Структура психологического благополучия у представителей опасных профессий / Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Выпуск 5. / Под редакцией А.А. Обознова, А.Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 315-333.
3. Бессонова Ю.В., Алмаев Н.А. Ценностно-мотивационные детерминанты психологического благополучия диспетчеров экстренной службы / Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Вып. 6. / Под ред. А.А. Обознова, А.Л. Журавлева, А.Н. Занковского. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. С. 213-244.
4. Бессонова Ю.В., Лазебная Е.О. Ценностно-мотивационные предпосылки неблагоприятных функциональных состояний субъекта труда / Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. М.: ИП РАН, 2011. С. 371-386.
5. Дикая Л.Г., Махнач А.В. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы их формирования // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 3. С. 137-148.
6. Ефимова Н.С. Основы психологической безопасности: учебное пособие для вузов. Серия: Высшее образование: бакалавриат. М.: ФОРУМ, ИНФРА-М, 2013.
7. Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая адаптация // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007, с. 561-575.
8. Лазебная Е.О., Бессонова Ю.В. Функциональная надежность и успешность профессиональной деятельности лиц опасных профессий: субъектный подход / Личность профессионала в современном мире / Под ред. Л.Г. Дикой, А.Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. 942 с. С. 283-302.

9. Магомед-Эминов М.Ш. Определение экстремальной ситуации // Российский психологический журнал. 2009. Т.6. №1. С. 13-24.
10. Свасьян К.А. ...Но еще ночь. М.: «Эвидентис», «АВТ Центр», 2013.
11. Тарабрина Н.В., Агарков В.А., Быховец Ю.В., Калмыкова Е.С., Макаручук А.В., Падун М.А., Удачина Е.Г., Химчан З.Г., Шаталова Н.Е., Щепина А.И. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч. 1. Теория и методы. М.: Изд-во «Когито-Центр», 2007.
12. Шапкин С.А., Дикая Л.Г. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации // Психологический журнал. 1996. Т.17, № 1. С. 19-34.

УДК 159.923

СПОСОБ РЕАЛИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКОМ СВОЕЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ СУЩНОСТИ В МИРЕ

Галиуллина Ольга Юрьевна

ЧОУ высшего профессионального образования «ИСГЗ», Россия, Казань

galiullina.olia2015@yandex.ru

Аннотация

В статье рассматривается «субъектность» как способ реализации человеческой сущности. Через понятия: ясное сознание, широта сознания, истинная мысль, созерцание, раскрывается внутренний мир человека, его субъектность. Анализируется новая категория субъектности – продуктивность, как отражение психического и физического здоровья человека.

Ключевые слова: субъектность, ясное сознание, мысль, созерцание, продуктивность.